

MENÚ SEPTIEMBRE 2025

Todas las comidas se acompañarán de pan integral o pan blanco y agua. En la elaboración de los menús se utiliza **legumbres y pastas de producción ecológica y aceite de oliva.**

LUNES						MARTES						MIÉRCOLES						JUEVES						VIERNES															
8						9 - Día mundial de la agricultura						10						11						12															
Coditos a la matriciana (bacon, tomate, albahaca) (1,3,6,10)						Garbanzos ECO guisados con verduras (12)						Brócoli rehogado con ajo y cebolla						Paella mixta (verduras y pollo)						Crema de verduras con zanahoria y calabacín (12)															
Sepia rebozada con 00548 - ensalada de lechuga y maíz (1,3,6,7,8,9,10)						Tortilla de patata con 00549 - ensalada de lechuga y tomate (3)						Jamonicitos de pollo al ajillo con patatas dado (12)						Filete de merluza con pisto (2,4,14)						Cinta de lomo con jardinera															
Fruta de temporada						Fruta de temporada						Fruta de temporada						Fruta de temporada						Postre lácteo (7) y fruta															
kcal	749	Líp	31,5	Prot	19,8	HdC	97	kcal	653	Líp	23,8	Prot	32,2	HdC	78	kcal	590	Líp	28,7	Prot	84,5	HdC	-2	kcal	698	Líp	19,5	Prot	29,1	HdC	101	kcal	545	Líp	18,0	Prot	44,7	HdC	51
15						16 - Día mundial del guacamole						17						18						19 - Día Mundial del Aperitivo															
Lentejas ECO guisadas con verduras (12)						Arroz con tomate						Patatas guisadas con verduras (12)						Macarrones a la siciliana (1,3,6,10)						Judías verdes rehogadas con pimentón															
Tortilla francesa con 00548 - lechuga y maíz (3,12)						Lomitos (delicias) de bacalao con 00549 - ens. De lechuga y tomate (1,2,4,6,10,14)						Ragout de pollo con jardinera (12)						Salmón a las finas hierbas con verduritas (4)						Albóndigas de ternera en salsa con patatitas (6,10,11,12)															
Fruta de temporada						Fruta de temporada						Fruta de temporada						Fruta de temporada						Postre lácteo (7) y fruta															
kcal	684	Líp	24,1	Prot	21,4	HdC	95	kcal	675	Líp	16,2	Prot	43,7	HdC	89	kcal	595	Líp	19,4	Prot	31,0	HdC	74	kcal	622	Líp	15,8	Prot	26,5	HdC	93	kcal	677	Líp	36,6	Prot	39,4	HdC	47
22 - ¡Bienvenido Otoño!						23						24 - Día del Gorila						25						26 - Día Mundial de la Salud Ambiental															
Crema de verduras (12)						Macarrones a la norma (berenjena, tomate, cebolla, ajo, albahaca) (1,3,6,10)						Judías blancas hortelanas (12)						Arroz tres delicias (zanahoria, maíz, pavo)						Sopa de cocido (caldo de ave y verduras con fideos) (1,3,6,10)															
Magro de cerdo con patatas (12)						Pescadilla a la portuguesa (4)						Tortilla de patata con 00550 - ensalada de lechuga y zanahoria (3)						Filete de palometa con pisto (2,4,14)						Complemento: garbanzos ECO , verdura, ave, ragout de ternera, ragout de pollo, chorizo (12)															
Fruta de temporada						Fruta de temporada						Fruta de temporada						Fruta de temporada						Postre lácteo (7) y fruta															
kcal	714	Líp	30,0	Prot	32,2	HdC	79	kcal	643	Líp	15,5	Prot	40,9	HdC	85	kcal	627	Líp	18,0	Prot	18,7	HdC	98	kcal	690	Líp	20,4	Prot	30,8	HdC	96	kcal	677	Líp	25,6	Prot	36,0	HdC	76
29 - Día contra el desperdicio alimentario						30						DECLARACIÓN DE ALERGENOS																											
Patatas marineras (4,12)						Judías pintas estofadas con hortalizas (12)						1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14																											
Lacón al horno con tomate grillé						Tortilla francesa con 00549 - ens. Lechuga y tomate (3)						Gluten Crustáceos Huevos Pescado Cacahuete Soja Leche Frutos Apio Mostaza Sésamo Sulfitos Altramuces Maluscos cáscara																											
Fruta de temporada						Fruta de temporada						     																											
kcal	750	Líp	40,9	Prot	32,4	HdC	63	kcal	627	Líp	18,0	Prot	18,7	HdC	98																								

Energía expresada en Kcal y macronutrientes en gramos. Fruta de temporada en función de su estado de maduración: manzana, pera, plátano, melón...

(*) Se ofrecerán yogures naturales sin azúcar y también yogures de sabores, priorizando el yogur natural sin azúcar frente al de sabor.

El pan de elección será integral, aunque existirá la opción del pan blanco.